

Anticonceptivos de emergencia Plan B (pastillas)

¿Qué son los anticonceptivos de emergencia?

Puede prevenir el embarazo *después* de tener relaciones sexuales tomando pastillas anticonceptivas de emergencia (también conocidas como la Píldora de la Mañana Siguierte o EC por sus siglas en inglés). Las más comunes son el “Plan B.”

Cómo se usan

El Plan B contiene 2 pastillas. Tome la primera inmediatamente. Tome la segunda 12 horas más tarde.

Mientras más pronto las tome después de tener relaciones sexuales, mejor. Por ejemplo, si las empieza a tomar una hora después de tener relaciones son más eficaces que si las toma doce horas después de tener relaciones. Si comienza a tomarlas más de 5 días (120 horas) después de las relaciones, la probabilidad de que funcionen va a ser muy baja.

Si vomita en menos de media hora después de haber tomado la primera pastilla, es posible que no funcione y debe tomar otra dosis. Tal vez debería tomarla con comida y un poco de medicina antináusea.

¿Funciona bien?

Los anticonceptivos de emergencia son mucho menos eficaces que los métodos que se utilizan antes de tener relaciones sexuales, tales como los condones o las pastillas de control de la natalidad. Pero si una mujer ha tenido relaciones sin protección, los anticonceptivos de emergencia disminuyen de forma significativa la probabilidad de que resulte embarazada.

Qué ha de esperar

Después de usar el Plan B, su próximo periodo menstrual empezará entre 2 y 4 semanas. Si no tiene una regla completa y normal a más tardar en 4 semanas, es posible que esté embarazada y debe hacerse una prueba de embarazo.

Empezar el control de la natalidad después del Plan B

Puede empezar a usar el control de la natalidad el mismo día en que toma EC. Si usa la píldora, el parche o el anillo vaginal, las hormonas que surten pueden causar sangrado tal como un periodo normal, incluso

si está embarazada. Es buena idea hacerse una prueba de embarazo entre 2 y 4 semanas después de usar el Plan B.

Advertencia

El Plan B no puede prevenir un embarazo ectópico, lo cual ocurre cuando un huevo fertilizado se adjunta y crece fuera del útero. Esto puede ser muy peligroso y requiere atención médica inmediata. Las señales de que tiene un embarazo ectópico son: dolor, especialmente en la parte inferior del abdomen u hombro, mareos y náusea.

Efectos secundarios

Los efectos secundarios son raros con el Plan B pero sí pueden ocurrir. Incluyen náusea, vómitos, dolores de cabeza, senos sensibles, mareos, retención de líquidos, dolor abdominal y sangrado irregular. Si no desaparecen después de 1 o 2 días, deberá procurar atención médica.

Embarazo y lactación

No se han hecho estudios sobre los efectos del Plan B en los embarazos y la lactación. Las pastillas de control de la natalidad que contienen el mismo químico se han utilizado por muchos años y no han causado problemas. Sin embargo, la cantidad de la hormona que se encuentra en el Plan B es mayor de la cantidad que contiene una pastilla de control de la natalidad. No parecen haber problemas con las mujeres que han salido embarazadas o quienes han lactado mientras estaban tomando el Plan B. El Plan B no termina un embarazo existente.

Disponibilidad

El Plan B está disponible con receta médica en la mayoría de las farmacias. Las mujeres y los hombres de 18 años y mayores no necesitan receta médica, pero necesitan comprarlo en el mostrador de la farmacia y tendrán que presentar identificación para probar su edad. Los hombres pueden comprar el Plan B para sus parejas.

Los hombres y las mujeres de menos de 18 años generalmente necesitan receta médica. Puede llamar a su doctor u otro proveedor de salud local para averiguar si pueden ordenarle una receta médica para usted en su farmacia.

Si tiene menos de 18 años, en Alaska, California, Hawaii, Maine, Massachusetts, New Hampshire, Nuevo México, Vermont y el estado de Washington puede conseguir el Plan B en muchas farmacias sin una visita a la clínica. Puede llamar de antemano para asegurarse de que el farmacéutico de turno esté entrenado para dispensar el Plan B.

¡Mantenga píldoras a la mano!

Adelante – pídale a su doctor, farmacéutico o clínica que le dé las pastillas o la receta médica de antemano. Así tendrá el Plan B antes de que lo necesite.

¿Denegación en la farmacia?

Es posible que sea ilegal que una farmacia rehúse proveerle el Plan B. Si esto le ocurre, favor de reportarlo inmediatamente al Women’s Law Center al 206-682-9552 o a Cedar River Clinics al 206-399-8401 o info@cedarriverclinics.org.

Ventajas

- ◆ Puede usarse *después* de tener relaciones sexuales.
- ◆ Se obtiene con facilidad si tiene 18 años o más.
- ◆ Puede conseguir las pastillas de antemano.
- ◆ Fácil de usar.

Desventajas

- ◆ Menos eficaz que otros tipos de control de la natalidad.
- ◆ No protege contra las infecciones de transmisión sexual, incluyendo VIH/SIDA.
- ◆ Se tiene que tomar dentro de 120 horas a más tardar.
- ◆ Se necesita receta médica si tiene menos de 18 años de edad.

Recursos adicionales

- www.NOT-2-LATE.com (ec.princeton.edu)
- *Nuestros cuerpos, nuestras vidas*. La Colectiva del Libro de la Salud de las Mujeres de Boston, Seven Stories Press, 2000.
- www.go2planb.com (el fabricante)
- www.ec-help.org/indexSp.htm
- www.Birth-Control-Comparison.info

Las píldoras anticonceptivas por receta médica funcionan como anticonceptivos de emergencia.

Si no puede conseguir el Plan B, use pastillas de control de la natalidad recetadas. Son menos eficaces y causan más náusea y vómitos. Es importante tomar el número exacto de píldoras recomendadas. Tome la primera dosis en cuanto obtenga las pastillas. Tome la segunda dosis 12 horas más tarde. Si es posible, tómelas con comida. Véase las dosis a continuación:

Tipo de píldora	Tome la 1 ^{ra} dosis a más tardar 120 horas después de tener relaciones	Tome la 2 ^{da} dosis 12 horas después de la 1 ^{ra} dosis
Plan B	1 pastilla	1 pastilla
Alesse	5 pastillas rosas	5 pastillas rosas
Aviane	5 pastillas anaranjadas	5 pastillas anaranjadas
Cryselle	4 pastillas blancas	4 pastillas blancas
Enpresse	4 pastillas anaranjadas	4 pastillas anaranjadas
Jolessa	4 pastillas rosas	4 pastillas rosas
Lessina	5 pastillas rosas	5 pastillas rosas
Levlen	4 pastillas anaranjadas claras	4 pastillas anaranjadas claras
Levlite	5 pastillas rosas	5 pastillas rosas
Levora	4 pastillas blancas	4 pastillas blancas
Lo-Ovral	4 pastillas blancas	4 pastillas blancas
Low-Ogestrel	4 pastillas blancas	4 pastillas blancas
Lutera	5 pastillas blancas	5 pastillas blancas
Lybrel	6 pastillas amarillas	6 pastillas amarillas
Nordette	4 pastillas anaranjadas claras	4 pastillas anaranjadas claras
Ogestrel	2 pastillas blancas	2 pastillas blancas
Ovral	2 pastillas blancas	2 pastillas blancas
Portia	4 pastillas rosas	4 pastillas rosas
Quasense	4 pastillas blancas	4 pastillas blancas
Seasonale	4 pastillas rosas	4 pastillas rosas
Seasonique	4 pastillas verdeazules claras	4 pastillas verdeazules claras
Tri-Levlen	4 pastillas amarillas	4 pastillas amarillas
Triphasil	4 pastillas amarillas	4 pastillas amarillas
Trivora	4 pastillas rosas	4 pastillas rosas

Tal como el Plan B, no se han hecho pruebas cabales con respecto a su efecto en los embarazos y la lactación, pero se cree que no son peligrosas. Al igual que el Plan B, no siempre funcionan y pudiera salir embarazada.